

「高齢者」と「まちの保健室」に関する文献レビュー  
—超高齢社会における「まちの保健室」の役割・効果—

永見純子・伊藤順子・土居裕美子

Junko NAGAMI, Junko ITO, Yumiko DOI :

A Review of Elderly People and “Local Health Room”

—A Focus on the Role and Effect of “Local Health Room” in Super-Aging Society—

鳥取看護大学・鳥取短期大学研究紀要 第77号 抜刷

2018年7月

## 「高齢者」と「まちの保健室」に関する文献レビュー —超高齢社会における「まちの保健室」の役割・効果—

永見純子<sup>1</sup>・伊藤順子<sup>1</sup>・土居裕美子<sup>1</sup>

Junko NAGAMI, Junko ITO, Yumiko DOI :

A Review of Elderly People and “Local Health Room”

—A Focus on the Role and Effect of “Local Health Room” in Super-Aging Society—

「高齢者」と「まちの保健室」に関する研究の動向を明らかにし、超高齢社会における「まちの保健室」の役割・効果を検討することを目的として文献レビューを行った。まず「高齢者」と「まちの保健室」をキーワードとして検索し、得られた22件の文献を分類した。次に「まちの保健室」の役割・効果について記述のある部分を抽出し、内容ごとにまとめた。その結果、「自己の物語を構築する場」「理想の高齢者像に近づきたい」「行動の変容を起こす原動力になる」「発動性を育む場である」などが「まちの保健室」の役割・効果として引き出されていたことが分かった。なお今回の文献レビューにおいて、高齢者に視点をあてた研究は3件と少なかった。

キーワード：「まちの保健室」 高齢者 役割・効果

### はじめに

近年我が国の高齢化は急速に進み、2025年には団塊の世代全員が75歳以上となり、世界のどの国も経験したことのない超高齢社会を迎えようとしている。平均寿命は世界において常に男女ともトップクラスであり、今後もさらに伸びることが予測されている。このことから、健康寿命の延伸が日本における大きな社会的課題となっており<sup>1)</sup>、全国各地で地域における健康増進活動の取り組みが進められている。

本稿で取り上げる「まちの保健室」は、平成12年度より日本看護協会の「地域における看護提供モデル事業」として始まった<sup>2)</sup>。鳥取看護大学は、平成27年の開学以来年間を通して定期的に「まちの保健室」を行っているが、その来室者は高齢者の割

合が高い。例えば、月1回大学で実施している拠点型「まちの保健室」において65歳以上の来室者が全体に占める割合は70～80%となっている<sup>3)</sup>。鳥取県の老年人口割合は30.9%であり<sup>4)</sup>、高齢化が進む中、地域の住民が住み慣れた地域で健康に暮らしていくために「まちの保健室」が果たす役割は大きいと考える。また、本学がモデル地区として「まちの保健室」事業を協働実施している地域では、どの地区も健康活動への関心は高い。高齢化への不安を抱えている住民からの要望を受けて認知症予防の取り組みを行った地区もある<sup>5)</sup>。

一般に、「まちの保健室」はボランティア看護師の実践活動であり、そのエビデンスを積み上げることの困難さをいつも抱えてきたといわれている<sup>6)</sup>。一方で、「まちの保健室」活動は確実に地域に広がりを見せ、定着を続けている看護活動である。活動の拠点は増加し、さまざまな実績が積み上げられていると考えられる。

そのような中で、本研究では、「高齢者」と「ま

1 鳥取看護大学看護学部看護学科

ちの保健室」に関する研究の蓄積をレビューしたいと考えた。その際の焦点として、加速を続ける超高齢社会において「まちの保健室」の果たす役割・効果について探求していくこととした。

## 1. 目的

「高齢者」と「まちの保健室」に関する研究の動向を明らかにし、超高齢社会における「まちの保健室」の役割・効果を検討することを目的とする。

## 2. 研究方法

### 用語の定義

「高齢者」：本研究では、高齢者の医療の確保に関する法律に規定されている、前期高齢者と後期高齢者を合わせて、65歳以上からを「高齢者」とした<sup>7)</sup>。

「まちの保健室」の役割・効果：「まちの保健室」が果たす役割と、利用者にとっての効果のこととする。「まちの保健室」という場の側面から捉えると「まちの保健室」の機能と重なる部分もある。

### (1) 文献検索の方法と対象文献

文献検索のデータベースは、医学中央雑誌（Web Ver.5）、メディカルオンラインを用いた。対象とする年限に制限はせず、原著論文のみとした。検索キーワードを「高齢者」「まちの保健室」とした。

- 1) 医学中央雑誌で検索したところ 26 件がヒットした。
- 2) メディカルオンラインで検索したところ 23 件がヒットした。
- 3) それらより重複文献を除き、プログラムや尺度開発など、本研究のテーマの視点から外れているもの<sup>注1)</sup>を除外し、22 件を分析対象として文献レビューを行った。

### (2) 「まちの保健室」の役割・効果についての分析方法

- 1) 研究結果、考察の中に示されている「まちの保健室」の役割・効果についての記述がみられる表現部分を抽出し、研究者間で内容を分析した。
- 2) 抽出された内容について、近田（2018）による「まちの保健室」の機能<sup>8)</sup>と照らし合わせて検討した。

## 3. 結果と考察

選定した文献は、文献一覧表（表1）を作成して整理した。表の項目は、横軸に論文タイトル、著者名、発行年、雑誌名、研究デザイン、対象者、目的、明らかになったこと、論文が示す課題、まちの保健室の役割・効果など（対象者側、実施者側）

表1 「まちの保健室」と「高齢者」の検索文献一覧表

論文タイトル	著者 発行年 雑誌名 研究デザイン 対象者	目的	明らかになったこと	論文が示す課題	まちの保健室の役割・効果など (対象者側、実施者側)
1 兵庫県方式の「まちの保健室」における看護ボランティア活動の評価と今後の課題～明石地区の活動を通してボランティアの役割を考える～	・西村敬子他 ・2002 ・日本看護学会論文集：看護管理、33号、pp. 245-247 ・活動状況集計 ・インタビュー ・「まちの保健室」の来訪者75名（平均年齢68.2±8.9歳）地区担当のボランティア18名	・「まちの保健室」での看護職者によるボランティア活動（看護ボランティア活動）の評価と今後の課題について	・来所者の多くは外出の機会及びコミュニケーションの場として「まちの保健室」を利用している。 ・来所者は高齢者が多く、継続して来所しているリピーターが増加してきている。	・広報活動、相談体制の整備 ・看護ボランティアと地域住民や関連職種などのマンパワーとの効果的な連携のあり方の検討	・外出の機会 ・コミュニケーションの場

「高齢者」と「まちの保健室」に関する文献レビュー

	論文タイトル	著者 発行年 雑誌名 研究デザイン 対象者	目的	明らかになったこと	論文が示す課題	まちの保健室の役割・効果など (対象者側, 実施者側)
2	「まちの保健室」における骨密度測定実施の試み	・吉田明子他 ・2004 ・兵庫県立看護大学紀要, 11巻, pp.45-55 ・質問紙調査 ・「まちの保健室」の来訪者240名(平均年齢: 男性56.5±16.7歳, 女性52.4±16.2歳)	・地域住民の生活習慣が骨密度に与える影響を調査する ・健康管理・維持の側面から「まちの保健室」のあり方を検討する	・骨密度は全体の53.3%が健常であったが, 40歳代以降の女性に低骨密度が多く認められた. ・骨密度の測定で骨の状態を認識したことが, 食生活をはじめとする生活習慣を振り返り, 見直しを行うきっかけとなっていた. ・「まちの保健室」は, 「相談する場」としてばかりでなく「自分の健康について振り返り考える場」としても機能していた.	・住民の自己管理能力を向上させるような支援を行っていく ・個人の健康づくりの場から, 住民同士の相互作用により地域全体の健康づくりへとつながっていくような役割として「まちの保健室」機能が拡大していくことが今後の課題	・「相談する場」 ・「自分の健康について振り返り考える場」
3	「まちの保健室」における地域住民のニーズと活動評価	・東ますみ他 ・2004 ・兵庫県立看護大学附置研究所推進センター研究報告集, 2巻, pp.1-7 ・質問紙調査 ・復興住宅274世帯の世帯主(平均年齢56.1歳)	・「まちの保健室」活動のニーズを明確にすることで活動を評価し今後に向けての検討をする	・7割が「まちの保健室」活動を認知している. ・認知している人の約4割が来所し, その半数が継続して来所していた. ・必要性を全体の7割が感じていた. ・来所は通院治療中, 無職, 70歳代以降などの人が多くボランティア看護師を身近な医療の専門家として認めていることが明らかになった. ・食事・栄養指導のニーズなど, 活動内容の情報提供のニーズが高かった.	・具体的な活動内容の広報 ・テーマを設けて集団指導などニーズに応じた内容, 方法を追加していく	・食事・栄養指導などのニーズが高い ・身近な医療の専門家を追加していく
4	地域住民が自己の健康に関心を向けるプロセスに関する研究—兵庫県方式「まちの保健室」の現職看護ボランティアとの関わりを通して—	・奥野信行他 ・2004 ・兵庫県立看護大学附置研究所推進センター研究報告集, 2巻, pp.17-24 ・質的記述的研究 ・来所者3名(70~81歳の男性)	・「まちの保健室」来所者の自己の健康に関する関心が, 看護ボランティアとの関わりを通してどのように変化したのかを明らかにする	・来所者は看護ボランティアとの関わりを通して自己の健康に対する関心のあり様が変化していた. ・看護ボランティアの情動的なアプローチあるいは認知的なアプローチと名づけられる働きかけが影響していることが明らかになった. ・「まちの保健室」は地域住民にとって「気軽に立ちよれる場」「発動性を育む場」「自己の物語を構築する場」として存在し被災経験を持つ地域住民の「孤独感」や「健康に関する不安」の緩和に繋がることが示唆された.	—	・「気軽に立ちよれる場」 ・「発動性を育む場」 ・「自己の物語を構築する場」 ・「孤独感」の緩和 ・「健康に関する不安」の緩和
5	「まちの保健室」に来談した中高年の睡眠実態の分析	・大島理恵子他 ・2004 ・兵庫県立看護大学附置研究所推進センター研究報告集, 2巻, pp.25-32 ・質問紙調査 ・「まちの保健室」の来所者23名(平均年齢60.0±11.6歳)	・「まちの保健室」に来所した中高年の睡眠の実態を明らかにすること	・来所者23名に腕時計型の活動測定器アクティウォッチとアンケート調査を行った. ・高齢群は中年群に比べて就床, 入眠, 覚醒時刻が早くなっていることが分かった. ・睡眠効率, 入眠潜時に有意な差はなく睡眠の質に違いは認められなかった. ・睡眠の主観的評価では高齢群は寝つきのよさと中途覚醒で悪い評価を, 眠りの深さと目覚めのよさでよい評価をしているものが多かった.	・高齢者になっても良質な睡眠をとるために, 中年期から自らの生活を振り返ったり睡眠について知識を得たりする必要がある. その場として「まちの保健室」は有効. ・中年期に対する適切なアプローチが必要である.	・睡眠について知識を得る場 ・適切な生活の仕方を意識する場
6	「まちの保健室」における睡眠相談活動—女性来談者の睡眠の実態を通して—	・堀田佐知子他 ・2004 ・兵庫県立看護大学附置研究所推進センター研究報告集, 2巻, pp.33-39 ・女性来談者, 35名 ・質問紙調査33名(平均年齢52.2歳) ・症例報告2名	・「まちの保健室」の女性来談者の睡眠実態を明らかにすること	・アクティウォッチを用い解析を行った. 睡眠効率には世代間の違いは見られなかった. ・40~50歳代は十分な就床時間を取れないことが不満に繋がっていると考えられた. ・睡眠パターンを家族に合わせなくてはならない家族役割上の問題に影響を受けている可能性があった. ・睡眠について気軽に相談できる場として「まちの保健室」の睡眠相談は存在意義がある.	・40~50歳代の女性に不眠の訴えが多かったことから今後は更年期の観点も含めた調査を行う必要がある.	・睡眠について気軽に相談できる場 ・自分自身の健康について客観的に確認できる ・(データで)睡眠を確認し安心した

	論文タイトル	著者 発行年 雑誌名 研究デザイン 対象者	目的	明らかになったこと	論文が示す課題	まちの保健室の役割・効果など (対象者側, 実施者側)
7	「まちの保健室」における睡眠相談の試み	・大島理恵子他 ・2006 ・兵庫県立大学看護学部紀要, 13巻, pp. 51-61 ・「まちの保健室」来訪者 ・質問紙調査 102名 (平均年齢 55.9歳) ・事例分析 17名 (平均年齢 60.9歳) ・質問紙調査, 事例分析 (アクティウオッチを用い個別介入)	・地域住民の睡眠の実態を調査するとともに睡眠相談の活動方法を検討すること	・来訪した人の約5割は睡眠に対して何らかの問題や不満を抱えていた。主な相談は寝つきが悪い、中途覚醒があるなどで「来訪者と共に生活の仕方を振り返る」などの介入をしていた。 ・「まちの保健室」睡眠相談でアクティウオッチを用いながら個別の介入を行うことで来訪者の睡眠に対する考え方や生活行動に変化が現れ、睡眠が改善する効果があることが示唆された。	今後は集団を対象とした睡眠衛生教育などにより積極的な介入も必要である。	(睡眠に関する) ・悩みを相談しやすい状況を作る ・来訪者と共に生活の仕方を振り返る ・知識・情報を提供する ・良い生活習慣などができていることを認める ・自分の睡眠を知ることによる安心感 ・自分の行動を知る ・関心の高まり
8	「まちの保健室」に対する地域住民の認識と利用状況	・大竹まり子他 ・2007 ・日本看護学会論文集: 地域看護, 37号, pp. 158-160 ・質問紙調査 ・地域住民 2967名 (平均年齢 51.9±18歳)	・地域住民の「まちの保健室」の認識と利用状況を明らかにすること	・「まちの保健室」は27.2%の市民に認知されていたが、利用は4.1%にとどまっていた。 ・高齢者、女性、主観的健康感の低い人、相談したいことがある人、「まちの保健室」を利用したことがある人はいずれもそうでない人より「まちの保健室」を必要と回答していた。	—	・地域住民の健康増進
9	地域住民を支援するボランティア看護師による「まちの保健室」	・神崎初美他 ・2006 ・兵庫県立大学地域ケア開発研究所研究活動報告集, 1巻, pp. 43-49 ・定期的に「まちの保健室」に来室している地域住民9名 (平均年齢 65.89±4.04歳) ・半構成的面接、質的帰納的分析	・ボランティア看護師により実施している「まちの保健室」活動の評価を検討すること (活動が住民に与えている効果と影響を明らかにした)	・住民が「まちの保健室」へ通うのは「健康に年をとりたい」という願いからで、理由として【健康状態に関して気になるヒストリーをもっている】などがあつた。健康増進意欲とその実践力はすでに高い対象者達であつた。 ・看護サービスについては【数字で示されることが意欲となり努力の指標となっている】などが示された。 ・看護師は「信頼できる」ことが重要であつた。	・「まちの保健室」に来訪する高齢者は健康意識が高い集団。より多くの住民の声を反映させた研究結果が必要。	・健康増進活動の確認作業:【いまもっている健康行動をさらに高めたい】【自己の実施している健康行動の確認のため】【理想の高齢者像に近づきたい】 ・看護師の対応に望むこと:【安心・安全・手際良さ】【親しみ深さ】 ・提供する看護サービスの効果:【数字で示されることが意欲となり努力の指標となっている】【指導を受け新しい発見を得る】【健康意識を行動に変容させるきっかけになる】
10	高齢者の口腔ケア支援に関する相談技術の抽出—歯科衛生士が用いている相談技術—	・坂下玲子他 ・2008 ・兵庫県立大学看護学部・地域ケア開発研究所紀要, 15巻, pp. 93-105 ・フォーカスグループインタビューを行い質的記述的分析 ・歯科衛生士	・「まちの保健室」事業の後方支援のため、高齢者の口腔ケア支援に関する相談技術の抽出を行う	・抽出された相談技術は1) 導入部分として「招き入れる」「信頼関係を築く」2) 相談部分として「真の問題を見つける」「問題点を理解してもらう」3) 今後へ繋ぐ技術として「次回の予約をする」など。 ・相談を効果的にするため導入部分として多くの時間がとられていた。 ・高齢者の相談の特徴としてクライエントが本題に入るのを待つということが示された。 ・行動の変容へと導くためには多くの時間が必要である。	・高齢者が自ら持っている力を生かし生活を構築していくことを援助するような口腔健康相談のあり方を検討する。	(抽出された相談技術は看護ケアの技術と重なる点のみみられる) ・患者を気遣う ・患者の発言を待つ ・個人的空間を提供し場を和まし場を作る技術 ・日常生活を改善、維持する技術
11	兵庫県全域「まちの保健室」を利用している地域住民の健康状態と利用ニーズ	・神崎初美他 ・2009 ・兵庫県立大学看護学部・地域ケア開発研究所紀要, 16巻, pp. 39-49 ・質問紙調査 ・2007年1月～2月の2か月間に、調査用紙に有効回答した405人(成人～高齢者)	・「まちの保健室」を利用する地域住民の健康状態と利用ニーズを知り、実践の示唆を得ること。	・看護師による健康指導は、生活習慣の見直し指導やメタボリックシンドローム予防に関して、特に食事や運動療法指導に重点化する必要性があることがわかった。利用者に対して「安心」「情報入手」「健康を意識する行動」を支援できる効果的な機能があることが明らかになった。住民にとって利用しやすい状況で、満足度も高かった。	・「まちの保健室」に來ない、病予備軍の中老年男性、交流を持たない高齢者に対してのかわりが課題。	・「安心」「情報入手」。「健康を意識した行動となる」という効果がある。 ・健康への関心だけでなく、コミュニケーションを求めていることも多い。 ・地域住民のライフサポーターとしての機能を果たしている。

「高齢者」と「まちの保健室」に関する文献レビュー

	論文タイトル	<ul style="list-style-type: none"> <li>・著者</li> <li>・発行年</li> <li>・雑誌名</li> <li>・研究デザイン</li> <li>・対象者</li> </ul>	目的	明らかになったこと	論文が示す課題	まちの保健室の役割・効果など (対象者側, 実施者側)
12	地域住民の認知症に対する意識と相談ニーズに関する調査—「まちの保健室」の相談場所としての利用可能性—	<ul style="list-style-type: none"> <li>・松岡千代他</li> <li>・2009</li> <li>・兵庫県立大学看護学部・地域ケア開発研究所紀要, 16巻, pp. 69-83</li> <li>・質問紙調査</li> <li>・明石市内のA小学校区内の10自治会地域に居住する地域住民, 大規模マンションに居住する世帯を除く3624世帯→回収863有効回答858 (有効回答率23.7%) (平均60歳)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・地域住民の認知症に関する意識と相談ニーズについて明らかにすること, 相談場所としての「まちの保健室」の利用可能性を検討すること.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・平成12年に実施された調査結果に比べて, 認知症に関する知識や情報の普及, 相談先の整備に関しては一部すすんでいることが分かった.</li> <li>・知識や情報の普及に関してはまだ十分とは言えず, 積極的に啓発していく必要があることが示唆された.</li> <li>・世代による認知症情報の提供や相談先の相違が明らかとなり, 世代別のニーズに合わせた方法を考えることの必要性がある.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・対象者が限定されていたので, 一般化するには限界がある.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・認知症の相談場所として「まちの保健室」の利用ニーズは非常に高い.</li> </ul>
13	園田キャンパス「まちの保健室」の参加者の身体状況と健康意識の実態—兵庫県健康増進プログラムの実施を通して—	<ul style="list-style-type: none"> <li>・呉小玉他</li> <li>・2010</li> <li>・園田学園女子大学論文集, 44号, pp. 121-132</li> <li>・質問紙と検査データ分析</li> <li>・園田キャンパス「まちの保健室」で健康増進プログラムに参加し, 研究の協力に同意の得られた20歳以上の地域住民146名を対象 (平均56歳)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・園田キャンパス「まちの保健室」で健康増進プログラムに参加した地域住民の健康意識の変容を促す看護介入の示唆を得ること.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・個々の健康状態・生活習慣をアセスメントし, 個人の健康意識や身体測定の結果に合った記入は行動変容を起こす原動力になる.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>縦断研究の必要があると考えられた.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>個人の主体的な健康づくりを支援していくにあたり, 個々の健康状態・生活習慣をアセスメントし, 個人の健康意識や身体測定の結果に合った看護の介入は, 地域住民の保健行動の変容を起こす原動力になると考えられる.</li> </ul>
14	就労中年男性へテラーメイドで実施する運動支援に関する介入研究とその有効性の検討—「まちの保健室」で行う支援プログラム確立のためのパイロットスタディー	<ul style="list-style-type: none"> <li>・神崎初美他</li> <li>・2010</li> <li>・兵庫県立大学看護学部・地域ケア開発研究所紀要, 17巻, pp. 1-14</li> <li>・対照群無し前後比較介入試験</li> <li>・兵庫県明石市の4つのまち500世帯の自宅ポストに研究の趣旨と連絡先, 電話番号, 研究者名を示した広告チラシ配布, 応募のあったさいに健康状態で体調が運動支援の禁忌事項を含まない就労中年男性9人 (平均58.8歳)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・「まちの保健室」の中で中年男性に対し, テラーメイドな運動支援プログラムの開発参加者にみられた効果や変化を記述し, プログラムの評価を行うこと.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・参加者はほぼ全員が歩行やストレッチなどの運動習慣を確立でき, その結果内臓脂肪や体脂肪の減少がみられた.</li> <li>・行動科学的介入を用い個別支援を実施した結果, 参加者が陥りやすい運動バリアや運動によって起こった行動変容が明らかになった.</li> </ul>	—	<ul style="list-style-type: none"> <li>テラーメイドで実施する運動支援により, 歩行, ストレッチなどの運動習慣の確立と内臓脂肪断面積, 体脂肪量, 体重の改善.</li> </ul>
15	『まちの保健室』が開催されていない地域住民の健康への意識・関心と『まちの保健室』に対するニーズ	<ul style="list-style-type: none"> <li>・新井香奈子他</li> <li>・2007</li> <li>・兵庫県立大学地域ケア開発研究所研究活動報告集, 2巻, pp. 97-105</li> <li>・質問紙と検査データ分析</li> <li>・兵庫県在住の一般住民520名 (561→回収率92.7%)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・「まちの保健室」が開催されていない地区における地域住民の健康に関する意識や行動の実態及び「まちの保健室」に対するニーズを明らかにする.</li> <li>・今後の「まちの保健室」[出前まちの保健室]の在り方を検討すること.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・介護に伴う身体的精神的負担への対処への専門的支援に対するニーズの存在があること.</li> <li>・測定から, 相談, 病院の紹介を含め, 受診をする以前に予防的あるいは気軽に介入してもらえる内容を求めていることが分かった.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・結果に基づく機能の拡大</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・健康状態の維持や予防のための各種測定を希望するという積極的なニーズ</li> <li>・介護に伴う, 身体的精神的負担への対処への支援に対するニーズがあった.</li> </ul>

	論文タイトル	著者 発行年 雑誌名 研究デザイン 対象者	目的	明らかになったこと	論文が示す課題	まちの保健室の役割・効果など (対象者側, 実施者側)
16	神戸市看護大学「まちの保健室」の活動評価—利用者のアンケート調査より—	・池田清子他 ・2012 ・神戸市看護大学紀要, 16巻, pp.11-20 ・質問紙調査 ・質問紙調査まちの保健室利用者の306人に質問紙を配布し, 232人から回答を得た(75.8%)	・「まちの保健室」利用者の属性, 満足度, 参加動機, 今後の活動方法への期待などから総合的に活動の評価を行うこと。	・「まちの保健室」活動の満足度は, 8割以上が「まあ満足」「とても満足」と評価していた。理由としては, テーマの適切さ, 各種の健康指標の測定, を実施したことに加え大学と地域住民の交流による影響が考えられる。	・回答のための時間不足, 質問文の意味のあいまいさがあった反省があるので, 回答時間の確保と質問紙法と同時に, 聞き取り調査を併用するなど工夫が必要。	・半数以上の利用者が「健康づくりのきっかけ」のために「まちの保健室」に参加していると考えられた。
17	神戸市看護大学「まちの保健室」『こころと身体』の看護相談の活動実績とその評価	・三浦藍他 ・2012 ・神戸市看護大学紀要, 16巻, pp.69-76 ・質問紙調査と検査データ分析 ・調査期間中に同意の得られた利用者36名と看護師5名	・看護相談の活動実績及び利用者による評価から今後の看護相談の在り方を検討すること。	・看護相談について, 実施場所, 予約方法, 開催曜日の3点について改善の余地がある。	・質問紙内容の検討 ・利用中断者の調査 ・看護相談の効果	すべての方ではないが, 気持ちが楽になったり, ストレスの対処法がわかったり, 情報が得られる効果あり。
18	まちの保健室に入室した高齢者の日常生活習慣と身体組成の特徴と関連性	・松井学洋他 ・2012 ・日本地域看護学会誌, 15巻1号, pp.126-132 ・質問紙調査と検査データ分析 ・「まちの保健室」に入室し, 協力が得られた50人(平均68歳)	・入室した高齢者の日常生活習慣と身体組成の特徴と関連性を調べ, 身体組成値を生活習慣の評価情報として, 入室者に提供する有用性について検討すること。	・食事・運動に関する生活習慣と身体組成に関連を認めた。体組成計を活用し, 客観的な測定結果を, 入室者に提供することで, 根拠に基づく自身の生活習慣の振り返りにつながるかと考えた。	・継続的な身体組成の評価が入室者の生活習慣に与える影響を調査していくこと。	・客観的な測定結果を入室者に提供することで, 根拠に基づく自身の生活習慣の振り返りにつながる。
19	動脈硬化症の予防を目的としたフットケアを用いた看護相談の可能性の検討—「まちの保健室」における看護師による生活習慣病と足の相談—	・片岡千明 ・2015 ・兵庫県立大学看護学部・地域ケア開発研究所紀要, 22巻, pp.69-80 ・検査データ分析 ・参加住民のうち, 看護相談の参加者32名	・看護相談参加者の動脈硬化に影響する身体状況と足の状態をあきらかにすること。 ・フットケアを用いた看護相談の可能性を検討すること。	・参加者は, 動脈硬化のリスク因子を持っており, 動脈硬化の進行が見られたが自覚症状がなく, 自分の体のこととしてとらえていなかった。 ・足に何らかのトラブルを抱えている参加者が多く, フットケアをきっかけに, 自分の足や体, 生活について語り始めた。	・今後も療養行動が継続でき, PAD(末梢動脈疾患)を予防できるかについては, 検討されていないので, 今後, 継続的な介入方法の検討やPADの予防効果の検証を行っていく必要がある。	・足に何らかのトラブルをかかえている参加者が多く, フットケアをきっかけに自分の足や体, 生活について意識し, 語り, 対処を決意する効果があった。
20	「国際まちの保健室」に参加する在日外国人の健康意識, 生活習慣と健康状態の関連性	・呉小玉他 ・2016 ・兵庫県立大学看護学部・地域ケア開発研究所紀要, 23巻, pp.59-77 ・質問紙と検査データ分析 ・「国際まちの保健室」に入室した18歳以上の在日外国人79名(平均34歳)	・在日外国人の健康を維持増進するための基礎資料を得るため, 「国際まちの保健室」に参加する在日外国人の健康意識, 生活習慣と健康状態の関連性を明らかにする。	・身体状態の測定データから, 健康的な生活を送るために看護指導の必要性がある人がいることが示唆された。 ・体脂肪率が高値であり, 骨密度が低いことがわかり, それぞれ高低群に分けてみた結果は健康意識からの影響を受けていることが分かった。	—	
21	「まちの保健室」参加住民の健康意識—拠点型における健康意識調査と全国調査の比較を通して—	・伊藤順子他 ・2016 ・鳥取看護大学・鳥取短期大学研究紀要, 73号, pp.45-51 ・質問紙と検査データ分析 ・参加住民で同意の得られた104人(成人～高齢者)	・「拠点型まちの保健室」参加住民の健康意識の実態を明らかにすること。	・主観的健康観は, 厚生労働省の結果と同様に, 「健康だ」と回答した割合が半数以上であった一方, 健康に関する不安は持っていた。	—	・病気の知識や情報を得て, 自分の健康について振り返り, 健康づくりのきっかけとなり得る。複数回参加することで, 測定値の変化や健康行動を承認してもらえらる場となっている。

## 「高齢者」と「まちの保健室」に関する文献レビュー

	論文タイトル	・著者 ・発行年 ・雑誌名 ・研究デザイン ・対象者	目的	明らかになったこと	論文が示す課題	まちの保健室の役割・効果など (対象者側, 実施者側)
22	「出前・イベント型まちの保健室」に参加する住民の意識と健康行動—住民の意識や健康行動を活用したまちの保健室とするために—	・稲田千明他 ・2017 ・鳥取看護大学・鳥取短期大学研究紀要, 75号, pp. 29-34 ・質問紙調査と検査データ分析 ・質問紙調査と測定の同意が得られた493名(成人～高齢者)	・「出前・イベント型まちの保健室」参加者の健康意識と行動に関する調査の自由記述から住民の思いを明らかにすること。	・住民が健康を意識したとき, 食事や運動以外には睡眠や心の健康, 趣味などを大切にしていることがわかった。	—	・その人の生活背景や思いに寄り添い, 健康について振り返るきっかけとなり得る。

### (1) 年代について

分析対象とした22件の年代については, 2002年に実施された西村他の「まちの保健室」における看護ボランティア活動の評価についての研究<sup>9)</sup>が初めであった。その後少しずつ増え, 2004年には東他の地域住民のニーズと活動評価について質問紙調査を行ったもの<sup>10)</sup>, 奥野他の地域住民が自己の健康に関心を向けるプロセスについて面接し, 分析した研究<sup>11)</sup>など5件がある。その後は各年1~3件の研究報告があるが, 2013年と2014年には見られない。また, 今回, キーワードとして「高齢者」が入っているものを検索したが, 文献数の増加は見られなかった。

「まちの保健室」の参加者の多くが65歳前後以上であることを考えると, 今後は「高齢者」に焦点を当てた研究を進めることが望まれるであろう。

### (2) 研究の内容について

分析対象とした22件の研究内容は, 次のように分類することができた。

- ・看護師などのボランティア活動についてのもの：2件 (1. 10)
- ・地域住民への調査：15件 (3. 4. 8. 9. 11. 12. 13. 14. 15. 16. 17. 18. 20. 21. 22)
- ・測定結果に基づいたもの：5件 (2. 5. 6. 7. 19)

### (3) 「高齢者」と「まちの保健室」に関する文献 「高齢者」に焦点をあてた研究は3件 (4. 9. 10)

のみであった。しかし, 結果的には「まちの保健室」に関する研究の多くは, 対象者の年代が50~60歳代以上となっている。また, 高齢者自身の側からの思いが語られていたものは2件であった。

奥野他(2004)では, 70~81歳の来室者3名を対象に質的記述的研究を行っている<sup>12)</sup>。この研究では, 兵庫県方式「まちの保健室」が地域住民にとって「気軽に立ちよれる場」「発動性を育む場」「自己の物語を構築する場」として存在し, 被災経験を持つ地域住民の「孤独感」や「健康に関する不安」を緩和する場となっていることが示唆されたことが述べられている。対象が3名と少ないものの, 「発動性を育む場」「自己の物語を構築する場」など興味深い結果が引き出されており, 高齢者が自らの体験を振り返って人生の意味づけをしていたことが示される。これは「まちの保健室」が果たす役割の一つではないだろうか。「まちの保健室」は, このような機能を持った, いつでも訪れることのできる場であることが望まれると考えられる。

また, 神崎他(2006)<sup>13)</sup>では, 地域住民9名(平均年齢65.8 ± 4.0歳)<sup>注2)</sup>を対象に質的帰納的分析を行っており, 「まちの保健室」が住民に与えている効果や影響について, ①健康増進活動の確認作業: 【いまもっている健康行動をさらに高めたい】【自己の実施している健康行動の確認のため】【理想の高齢者像に近づきたい】, ②看護師の対応に望むこと: 【安心・安全・手際良さ】【親しみ深さ】, ③提供する看護サービスの効果: 【数字で示されること



が意欲となり努力の指標となっている】【指導を受け新しい発見を得る】【健康意識を行動に変容させるきっかけになる】といったカテゴリーを引き出している。

【理想の高齢者像に近づきたい】というカテゴリーは、この研究で引き出されたものである。これは自己の体験から、自分が介護される立場になったとき、少しでも迷惑をかけないように健康に生きたいという思いを示している。

「まちの保健室」への来室者は、今持っている健康行動をさらに高めたいと考え、健康増進活動しながらその確認作業のために来室していたことが示されている。これらのことから、高齢者の健康に対する努力と、健康志向の奥にある気持ちが伺える。

**(4) 研究の地域性について**

対象とした文献は、研究者の所属が兵庫県の大学である文献が19件と多くを占めていた。近年は鳥取県のものも増加傾向にあるが、本研究で検索され

た文献は2件であった。他の都道府県については山形県が1件であった。

このように地域に偏りが見られたが、その理由として、「まちの保健室」の実績についての多くは研究論文ではなく報告書としてまとめられていることが考えられる。ボランティアなどによる活動が多いため、研究に向ける時間的な負担などが大きいこと、また、研究は大学や専門機関などからの後方支援がある地域に限定されがちであることなどが考えられた。

**(5) 「まちの保健室」の役割・効果についての検討**

「まちの保健室」の役割・効果について、文献に記述されている部分を抽出した(表1)。さらにそれを意味内容ごとにまとめたものを表に記載した(表2)。

日本看護協会は、「まちの保健室」を新しい看護提供システムの構想として、身近な看護職に気軽に相談できる機能をもつものと位置付けている<sup>14)</sup>。また、近田他(2002)は、立ち上げ期の「まちの保健

表2 「まちの保健室」の役割・効果と機能について

近田の示す「まちの保健室」の機能	レビュー文献より抽出した「まちの保健室」の役割・効果
①身近な健康話題に触れる	・情報が得られる効果
②健康に関して気軽に相談・確認できる	・相談する場 ・健康づくりのきっかけ ・指導を受け新しい発見を得る
③ゆっくり何でも語れる	
④ゆったりした居場所・ふれあいの場	・孤独感を緩和できる ・気軽に立ちよれる場
⑤健康チェックできる	・自分の健康について振り返る
⑥交流・仲間づくり	・コミュニケーションの場
⑦体のこと病院のことに詳しい人がいる	・安心できる
⑧医療に繋げてくれる人がいて安心	・身近な医療の専門家がいる
	・健康に関する行動の変容を起こす
	・発動性をはぐくむ場
	・自己の物語を構築する場
	・理想の高齢者像に近づきたい
	・介護に対する身体的精神的対処への支援のニーズ

室」の機能づくりでの創意として、①傾聴、そばにいること、②専門相談機能、③advocacy、④「気遣う」ことと示している<sup>15)</sup>。

本研究では、今回抽出された「まちの保健室」の役割・効果について、近田（2018）による「まちの保健室」の機能<sup>8)</sup>と比較して検討した<sup>注3)</sup>。その結果、ほぼ同様の内容が示されていたが、今回対象とした文献には次のように報告されていたものもあった。すなわち「自己の物語を構築する場」、「理想の高齢者像に近づきたい」、また「行動の変容を起こす原動力になる」、「発動性を育む場である」などである。これらは「高齢者」をキーワードとして出てきた部分であることから、「高齢者」にとっての「まちの保健室」の役割・効果の特徴的な部分がここに現れていると考えられる。

#### (6) 「まちの保健室」に来室する高齢者像と今後の課題

超高齢社会における「まちの保健室」の役割・効果としては、まず、「まちの保健室」を訪れることで健康に関する情報が得られ、自分の健康を振り返ることができること、さらに、「まちの保健室」は相談ができる場であり、相談によって健康づくりのきっかけや新しい発見ができること、また、気軽に立ち寄りたり孤独感を緩和したりできるコミュニケーションの場であることが抽出された。

「自分の健康について振り返る」ということの中には、「測定することで自分の健康について振り返ることができる」というものが複数あったほか、「いま持っている健康行動をさらに高めたい」というものも含まれていた。他には「まちの保健室」が安心できる所であると感じていること、身近な医療の専門家がいてくれることに魅力を感じていたことなどが報告されていた。さらに「高齢者」として理想を求める姿があることや、介護に対する身体的精神的対応への支援のニーズがあり、レスパイト機能としてのニーズも示されていた。

「まちの保健室」に参加することは、生活の中で

よい刺激になり、自ら健康を維持、推進していく原動力の一つとなる効果があると考えられる。神崎他は、「まちの保健室」への来訪は長寿を全うしたいと痛感している対象者達が病気を病前の状態で早期に解決しようとする健全な行動の表れであり、「まちの保健室」はこの行動を支援し住民の持つ潜在力をより引き出せる活動であると述べている<sup>16)</sup>。「まちの保健室」は、参加者の健康でありたいという願いに応えた疾病予防活動の支援の役割を果たしているといえる。

さらには、「まちの保健室」に通い、自己の物語を構築していた姿も見えてきた。ただ経験を語る場があることで、人は自分自身の価値を認めてもらい、生き生きと生活することができるのではないだろうか。

今回の文献レビューにおいて「まちの保健室」の研究は、「高齢者」に限定して研究されているものは少ないことが分かった。中でも「高齢者」自身の声として思いやニーズを語っているものは2件であった。今回示唆されていた新たな役割、効果などについては、今後さらに対象者数を広げて分析を重ねていく必要がある。

また一方で、地域にはこのような元気な方のみではなく、孤立したり、健康の不安を抱えながら「まちの保健室」に行きたい気持ちはあっても来ることができない人もあると考えられる。そのような対象者へ向けての研究は未見であり、今後の課題である。

#### 4. 研究の限界

本研究ではキーワードに「高齢者」を入れたが、対象が「高齢者」に限定されている研究は少なかった。抽出された文献<sup>注4)</sup>の対象者の平均年齢は結果的に高い傾向を示していた。しかし「高齢者」以外の年代の対象者も含まれているため、「まちの保健室」が「高齢者」に果たす役割・効果の分析としては正確性に欠けている。

また地域性にかなり偏りがあることが分かった。実際には、別の名称で全国各地域での看護ボラン

ティアによる健康増進活動などの取り組みは行われているのではないかと推察されるが、その実態については今回のレビューの対象としていないため捉えられていない。

## おわりに

第3次安倍内閣は「一億総活躍社会」を目指すとし、そのプランは2016年に閣議決定されている<sup>17)</sup>。退職後のシニア世代は、経験、知識、体力も十分ある世代である。「まちの保健室」は、地域の健康づくりや交流の拠点の場としてだけでなく、元気なシニア世代がボランティアで活躍することができる場でもあり、果たせる役割は多様である。

急速に展開する超高齢社会において、地域や住民のニーズに合わせて、今後さらに「まちの保健室」の役割・機能についての研究が進められることが必要とされていると考える。

## 謝辞

本研究を進めるにあたりアドバイスおよびご指導いただきました、鳥取看護大学近田敬子先生に感謝申し上げます。

## 注

- 1) 除外した研究内容は以下の通りである。「ボランティアNsのスキルアップ研修に関する研究」「健康プログラムの開発研究」「震災復興支援住宅における活動評価に特化した研究」「在宅高齢者の転倒に対する自己効力感の測定」。
- 2) 対象者の年齢は、平均  $65.8 \pm 4.0$  歳であったが、本研究では「高齢者」として考察に加えた。
- 3) 「役割・効果」と「機能」について、それぞれの言葉の示す意味は厳密には異なっているが、その内容に共通性があるものとして考え、本研究では示されているものをそのまま照らし合わせることにした。
- 4) 対象として抽出した文献のうち、本文中で言及

しなかったものについては、(表1)に示すとともに以下に記す。

- ・吉田明子他「『まちの保健室』における骨密度測定実施の試み」、『兵庫県立看護大学紀要』第11巻(2004), pp. 45-55.
- ・大島理恵子他「『まちの保健室』に来談した中高年の睡眠実態の分析」、『兵庫県立看護大学附置研究所推進センター研究報告集』第2巻(2004), pp. 25-32.
- ・堀田佐知子他「『まちの保健室』における睡眠相談活動—女性来談者の睡眠の実態を通して—」、『兵庫県立看護大学附置研究所推進センター研究報告集』第2巻(2004), pp. 33-39.
- ・大島理恵子他「『まちの保健室』における睡眠相談の試み」、『兵庫県立看護学部紀要』第13巻(2006), pp. 51-61.
- ・大竹まり子他「『まちの保健室』に対する地域住民の認識と利用状況」、『日本看護学会論文集：地域看護』第37号(2007), pp. 158-160.
- ・坂下玲子他「高齢者の口腔ケア支援に関する相談技術の抽出—歯科衛生士が用いている相談技術—」、『兵庫県立看護学部・地域ケア開発研究所紀要』第15巻(2008), pp. 93-105.
- ・神崎初美他「兵庫県全域『まちの保健室』を利用している地域住民の健康状態と利用ニーズ」、『兵庫県立看護学部・地域ケア開発研究所紀要』第16巻(2009), pp. 39-49.
- ・松岡千代他「地域住民の認知症に対する意識と相談ニーズに関する調査—『まちの保健室』の相談場所としての利用可能性—」、『兵庫県立看護学部・地域ケア開発研究所紀要』第16巻(2009), pp. 69-83.
- ・呉小玉他「園田キャンパス『まちの保健室』の参加者の身体状況と健康意識の実態—兵庫県健康増進プログラムの実施を通して—」、『園田学園女子大学論文集』第44号(2010), pp. 121-132.
- ・神崎初美他「就労中年男性へテラーメイドで実施する運動支援に関する介入研究とその有効性の

- 検討—『まちの保健室』で行う支援プログラム確立のためのパイロットスタディー』、『兵庫県立大学看護学部・地域ケア開発研究所紀要』第17巻(2010), pp. 1-14.
- ・新井香奈子他「『まちの保健室』が開催されていない地域住民の健康への意識・関心と『まちの保健室』に対するニーズ」、『兵庫県立大学地域ケア開発研究所研究活動報告集』第2巻(2007), pp. 97-105.
  - ・池田清子他「神戸市看護大学“まちの保健室”の活動評価—利用者のアンケート調査より—」、『神戸市看護大学紀要』第16巻(2012), pp. 11-20.
  - ・三浦藍他「神戸市看護大学“まちの保健室”『ここと身体の看護相談』の活動実績とその評価」、『神戸市看護大学紀要』第16巻(2012), pp. 69-76.
  - ・松井学洋他「まちの保健室に入室した高齢者の日常生活習慣と身体組成の特徴と関連性」、『日本地域看護学会誌』第15巻1号(2012), pp. 126-132.
  - ・片岡千明「動脈硬化症の予防を目的としたフットケアを用いた看護相談の可能性の検討—『まちの保健室』における看護師による生活習慣病と足の相談—」、『兵庫県立大学看護学部・地域ケア開発研究所紀要』第22巻(2015), pp. 69-80.
  - ・呉小玉他「『国際まちの保健室』に参加する在日外国人の健康意識、生活習慣と健康状態の関連性」、『兵庫県立大学看護学部・地域ケア開発研究所紀要』第23巻(2016), pp. 59-77.
  - ・伊藤順子他「『まちの保健室』参加住民の健康意識—拠点型における健康意識調査と全国調査の比較を通して—」、『鳥取看護大学・鳥取短期大学研究紀要』第73号(2016), pp. 45-51.
  - ・稲田千明他「『出前・イベント型まちの保健室』に参加する住民の意識と健康行動—住民の意識や健康行動を活用したまちの保健室とするために—」、『鳥取看護大学・鳥取短期大学研究紀要』第75号(2017), pp. 29-34.

#### 引用・参考文献

- 1) 厚生労働省 健康日本21(総論) [http://www1.mhlw.go.jp/topics/kenko21\\_11/s0.html](http://www1.mhlw.go.jp/topics/kenko21_11/s0.html) (2018.3.17).
- 2) 日本看護協会「平成24年版看護白書」, 日本看護協会出版会, 2012, pp. 87-88.
- 3) 高田美子他「拠点型『まちの保健室』事業報告」, 鳥取看護大学COC+事業地域貢献委員会『平成29年度「地域貢献活動」報告書」, 鳥取看護大学, 2018, p.9.
- 4) とりネット/鳥取県ホームページ統計課, <http://www.pref.tottori.lg.jp/271305.htm> (2018. 3. 17).
- 5) 永見純子「モデル地区『まちの保健室』の活動拡大に向けた取り組み—5つの小さな拠点づくりを目指して—北栄町みどり1区・2区」, 鳥取看護大学COC+事業地域貢献委員会『平成29年度「地域貢献活動」報告書」, 鳥取看護大学, 2018, pp. 32-35.
- 6) 神崎初美他「『まちの保健室』関連研究に関する文献検討」, 『兵庫県立大学地域ケア開発研究所研究活動報告集』第2巻(2007), pp. 69-82.
- 7) 北川公子「高齢者の定義」, 『老年看護学』(系統看護学講座 専門Ⅱ), 医学書院, 2018, p. 12.
- 8) 近田敬子「災害時における『まちの保健室』の機能—鳥取県中部地震の取り組みから見る—」, 鳥取看護大学COC+事業地域貢献委員会『平成29年度「地域貢献活動」報告書」, 鳥取看護大学, 2018.
- 9) 西村敬子他「兵庫県方式の『まちの保健室』における看護ボランティア活動の評価と今後の課題—明石地区の活動を通してボランティアの役割を考える—」, 『日本看護学会論文集:看護管理』第33号(2003), pp. 245-247.
- 10) 東ますみ他「『まちの保健室』における地域住民のニーズと活動評価」, 『兵庫県立看護大学附置研究所推進センター研究報告集』第2巻(2004), pp. 1-7.
- 11) 奥野信行他「地域住民が自己の健康に関心を向けるプロセスに関する研究—兵庫県方式『まちの

- 保健室』の現職看護ボランティアとの関わりを通して一], 『兵庫県立看護大学附置研究所推進センター研究報告集』第2巻(2004), pp. 17-24.
- 12) 前掲11) p. 47.
- 13) 神崎初美他「地域住民を支援するボランティア看護師による『まちの保健室』」, 『兵庫県立大学地域ケア開発研究所研究活動報告集』第1巻(2006), pp. 43-49.
- 14) 日本看護協会「平成14年版看護白書」, 日本看護協会出版会, 2002.
- 15) 近田敬子他「現職看護師の地域ボランティア活動における力量形成の構造」, 兵庫県看護協会『平成14年度「まちの保健室」事業経過報告書』(2002), pp. 68-79.
- 16) 前掲13) p. 47.
- 17) 「(2) ニッポン一億総活躍プランの策定」, 『国民の福祉と介護の動向2016/2017』(厚生省の指標増刊), 医学書院, 2016, p. 49.